

賽馬會學童 Keep Fit 方程式

◆ 簡介 ◆

鑑於本港兒童就體適能水平有每況愈下的趨勢，中國香港體適能總會努力思考方案藉以幫助社會的未來棟樑。幼兒在成長過程中需要身心靈的培養，而家長及幼稚園老師在這方面擔任重要角色。除了關顧幼兒日常生活外，還陪伴度過他們的喜怒哀樂，引領他們在成長過程中探索，得到刺激及樂趣。

因此中國香港體適能總會向香港賽馬會慈善信託基金申請撥款舉辦這計劃，計劃是由下而上的項目，先協助受惠幼稚園作需求評估，然後由計劃人員憑專業經驗，配合社區現有資源，以「家庭—學校」合作模式與幼稚園教師共同發展及推廣體適能教育活動。透過提供網上資源（如「跨學科體適能課程」、「網上教學及電子學習」）、專業教練支援（如「主題式遊樂」、「親子運動活動」）、舉辦「體適能獎勵計劃」及「全港親子運動會」等，推動幼兒、家長及老師積極培養體適能素養。

◆ 分享嘉賓 ◆

黃永森先生 中國香港體適能總會行政總監

◆ 相關網站 ◆

www.fit123.hk

